

## Message des Conseillères et Conseillers d'État

### Prenons du temps pour les personnes proches aidantes

En Suisse, une personne sur quatre est proche aidante. Leur engagement est primordial. Pour la personne accompagnée, bien sûr, mais aussi pour la société toute entière. Célébrée le 30 octobre, la journée intercantonale des proches aidants constitue une occasion parmi d'autres de les remercier et de s'informer.

Nous connaissons toutes et tous une personne proche aidante. C'est-à-dire, quelqu'un qui s'investit auprès d'une autre, proche et atteinte dans son autonomie ou dans sa santé, au point d'en négliger parfois, à force d'attention portée à l'autre, ses propres besoins.

Prenons du temps pour les proches aidants et les proches aidantes. Offrons-leur à notre tour du temps et de l'écoute. Invitons-les à boire un café. Manifestons notre solidarité. Envoyons-leur une pensée. Notre soutien leur permet de rester en santé, de maintenir une vie sociale et de poursuivre leur activité professionnelle. Nous pouvons toutes et tous avoir besoin d'aide, un jour, ou devenir proche aidant.

En 2023, dix cantons s'engagent en faveur des personnes proches aidantes au travers d'une alliance intercantonale. Nous souhaitons que d'autres cantons se mobilisent également et que le 30 octobre devienne, à l'avenir, une Journée *nationale* des proches aidants.

Aider et agir, c'est aussi explorer, en amont, de nouvelles approches de soutien aux personnes proches aidantes. Les autorités fédérales et cantonales y travaillent. Il y a ainsi trois niveaux : les aides existantes, celles en cours de réflexion... et vous!

Par des gestes simples, vous pouvez montrer votre soutien aux personnes proches aidantes et contribuer ainsi à donner à cette journée toute l'ampleur qu'elle mérite.

### #merciprochaidant

**Les conseillères et conseillers d'État :** Rebecca Ruiz (VD), Thierry Apothéloz (GE), Philippe Demierre (FR), Laurent Kurth (NE), Mathias Reynard (VS), Nathalie Barthoulot (JU), Raffaele De Rosa (TI), Pierre Alain Schnegg (BE), Peter Peyer (GR), Lukas Engelberger (BS)

Journée d'engagement en faveur des personnes proches aidantes - 10 cantons partenaires



## Le 30 octobre, prenons du temps pour les personnes proches aidantes

Participez vous aussi en témoignant votre reconnaissance aux personnes proches aidantes de votre entourage !

Invitez et accompagnez-les à un événement au programme, trouvez une autre idée de soutien, ou envoyez un «**Merci**» par WhatsApp ou par email en téléchargeant une carte postale sur [www.journee-proches-aidants.ch](http://www.journee-proches-aidants.ch)

Vous pouvez aussi porter la boutonnière pour afficher votre solidarité. Elle peut être commandée à [procheaidant@vd.ch](mailto:procheaidant@vd.ch)

Vous êtes vous-même proche aidant et vous vous occupez régulièrement d'une personne proche atteinte dans sa santé ou son autonomie ?

Participez aux événements proposés et venez rencontrer et échanger avec celles et ceux qui vivent une situation similaire à la vôtre ainsi qu'avec les professionnels qui pourront vous écouter, informer, conseiller et orienter vers les aides utiles.

**Vous êtes proche aidant et souhaitez en savoir plus sur les soutiens possibles dans votre quotidien?**

Appelez notre hotline  
**0800 660 660**

Renseignez-vous sur  
[www.vd.ch/proches-aidants](http://www.vd.ch/proches-aidants)



**COMME 1 PERSONNE SUR 4 EN SUISSE,**



**SONT DES PERSONNES PROCHES AIDANTES**



Programme du Canton de Vaud  
du 30 octobre au 5 novembre 2023

**JOURNÉE DES PROCHES AIDANTS**



# 30 OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE 2023

## CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

Tous les événements sont gratuits.  
Les événements peuvent être sujets à des modifications.  
Merci de consulter notre site qui est tenu régulièrement à jour :  
[www.journee-proches-aidants.ch](http://www.journee-proches-aidants.ch)

Pour faciliter la lecture, le masculin générique est employé dans ce programme.



### HAUT-LÉMAN

#### LUNDI 30 OCTOBRE

14h00 - 18h00

##### 1 MISSION PROCHES AIDANTS

Grande salle de Rossinière  
Le Vas 548, 1658 Rossinière

Journée d'information, avec plus d'une dizaine de stands qui présentent les ressources existantes pour les proches aidants ainsi qu'une visite du CAT.

Profitez également d'un temps convivial autour d'un apéritif et d'un air de fanfare.

Organisé par le Pôle Santé Pays-d'Enhaut, en collaboration avec le Réseau Santé Haut-Léman, les communes de Rossinière, Rougemont et Château-d'Oex

#### VENREDI 3 NOVEMBRE

16h00 - 20h00

##### 2 PROJECTION DU FILM «LA FLEUR DE L'ÂGE»

Maison de quartier (1er étage, salle 22)  
Avenue de Jamon 8, 1815 Clarens

De 16h30 à 18h00, assistez à la projection du film «La fleur de l'âge», (2012, Nick Quinn), qui met en scène Gaspard, dont le quotidien est bousculé alors qu'il prend soin de son père vieillissant, un bel exemple de proche aidant. Elle sera suivie de la conférence «Et j'avance sur mon chemin de proche aidant», par la géronto-psychologue Marianna Gawrysiak.

Un apéritif vous sera offert dès 19h00.

Inscription demandée : 079 739 57 83 ou [riviera@pro-xy.ch](mailto:riviera@pro-xy.ch)

Organisé par la Fondation Pro-XY, en collaboration avec le CMS de Montreux

### LA CÔTE

#### LUNDI 30 OCTOBRE

17h00 - 20h00

##### 3 «CHARGÉE À 130%»

Bâtiment le Corjon (Salles B et C)  
Chemin Monastier 15, 1260 Nyon

Participez à la représentation du Théâtre-forum de la Compagnie Le Caméléon « Chargée à 130% » qui aborde la situation des jeunes proches aidants, de manière interactive avec le public et profitez de la présence d'associations pour échanger sur votre quotidien de proche aidant.

Inscription demandée : Places limitées, [prochesaidants@ghol.ch](mailto:prochesaidants@ghol.ch)

Organisé par le Groupement Hospitalier de l'Ouest Lémanique avec les cliniques Bois-Bougy et La Lignière, en collaboration avec le CHUV par la Consultation psychologique pour les proches aidants, l'association Enfants Aidants, avec le soutien du Réseau Santé La Côte

### MERCREDI 1<sup>ER</sup> NOVEMBRE

18h00 - 20h00

##### 4 DÉTENTE ET RELAXATION EN MUSIQUE

Logements protégés (Bâtiment B au rez)  
Route de Pampigny 17 A et B, 1143 Apples

Détendez-vous au son des bols chantants sous la direction d'une sonothérapeute. Deux sessions vous sont proposées (18h00 et 19h00) et seront suivies d'un temps d'échanges avec des professionnels autour d'un buffet.

Inscription demandée : 021 800 91 27 ou [info@fondationbaud.ch](mailto:info@fondationbaud.ch)

Organisé par la Fondation Commandant Baud, en collaboration avec Espace Proches

Parking autour du bâtiment principal de l'EMS de la Fondation Baud (Chantre-aux-Daims 1, 1143 Apples)

### NORD BROYE

#### LUNDI 30 OCTOBRE

09h00 - 16h30

##### 5 STAND D'INFORMATION AU HIB

Entrée principale  
Hôpital Inter cantonal de la Broye (HIB)  
Avenue de la Colline 3, 1530 Payerne

Des spécialistes dans les domaines de la santé et du social vous accueillent sur un stand d'information et répondent à vos questions, que vous soyez professionnels, patients ou visiteurs du HIB.

Organisé par les CMS de la Broye (ABSMAD) et l'Hôpital Inter cantonal de la Broye (HIB), en collaboration avec Pro Senectute Vaud, la Fondation Pro-XY et Espace Proches

16h30 - 19h00

##### 6 TEMPS D'ACCUEIL ET DE PARTAGE

Rive droite (Rez)  
Route des Granges Saint-Martin 3, 1350 Orbe

Réunissons-nous pour un temps d'accueil et de partage au CAT L'Arcade. Une présentation des prestations utiles aux proches aidants sera suivie d'un apéritif dînatoire.

Inscription demandée : 024 442 22 32 ou [fabienne.zaugg@fondation-saphir.ch](mailto:fabienne.zaugg@fondation-saphir.ch)

Organisé par le CAT et Colocation l'Arcade de la Fondation Saphir, les CMS Vaudois (AVASAD) et du Nord Vaudois (ASPMAD)

### MARDI 31 OCTOBRE

16h30 - 18h30

##### 7 FLEURS D'AUTOMNE : CRÉEZ VOTRE COMPOSITION FLORALE

CAT Saisons (Rez)  
Chez Besson 10, 1346 Les Bioux

Venez créer votre composition florale automnale. Cette activité conviviale est animée par une fleuriste. Des professionnels du soutien aux proches aidants seront également présents pour échanger avec vous sur votre quotidien et répondre à vos questions.

Inscription demandée : 021 845 18 56 / 021 565 02 70 ou [beatrice.brisebois@psvj.ch](mailto:beatrice.brisebois@psvj.ch)

Pôle Santé Vallée de Joux et CAT Saisons, en collaboration avec Pro Senectute Vaud, Caritas Vaud, les CMS du Nord vaudois (ASPMAD) et Espace Proches

### JEUDI 2 NOVEMBRE

16h00 - 20h00

##### 8 ENSEMBLE POUR VOUS ACCOMPAGNER

Pré de l'Hôtel de Ville  
1462 Yvonand

Retrouvez les professionnels de la santé et du travail social sur le stand pour partager vos questions et échanger sur votre situation au marché hebdomadaire d'Yvonand.

Organisé par les CMS du Nord vaudois (ASPMAD), en collaboration avec Entour'Âge et Espace Proches

### DIMANCHE 5 NOVEMBRE

10h00 - 12h00

##### 9 ÉCRIRE LA PROCHE AIDANCE : RENCONTRE

Administration communale d'Echallens (Salle du Conseil)  
Place du Château 4A, 1040 Echallens

Venez partager un moment convivial et d'échanges en présence de Nicole Von Kaenel, auteure du livre «Aidants, aidés, destins croisés», édité par l'Association Belles Pages en 2019: huit récits de vie de proches en texte et en photos (Sarah Carp, photographe).

Café & croissant offerts.

Inscription demandée : CMS d'Echallens au 021 886 16 20 (lundi au vendredi 8h00-12h00 / 13h30-17h00).

Inscription souhaitée avant le vendredi 27 octobre.  
Organisé par la Fondation Les Châteaux, Fondation Pro-XY, le CMS d'Echallens (APROMAD), Pro Senectute Vaud, avec le soutien de la commune d'Echallens

10h00 - 13h00

##### 10 À TABLE À LA RÉSIDENCE AGATE !

Résidence Agate  
Route de Bellevue 57, 1400 Yverdon-les-Bains

Découvrez la Résidence Agate et le CAT Les Sources autour d'un brunch, et apprenez-en plus sur les prestations proposées par les deux établissements et leur complémentarité dans leur mission de soutien aux proches aidants.

Inscription demandée : 079 268 97 12

Organisé par la Fondation Saphir, Résidence Agate, en collaboration avec les CMS du Nord vaudois (ASPMAD)

### RÉGION LAUSANNE

#### LUNDI 30 OCTOBRE

09h00 - 18h00

##### 11 STAND D'INFORMATION

CHUV, Hall d'entrée du Bâtiment principal  
Bugnon 46, 1011 Lausanne

Le CHUV vous accueille pour échanger sur la réalité du proche aidant, sur les ressources à sa disposition et sensibiliser le grand public sur le rôle essentiel du proche aidant dans le système de santé.

Organisé par le CHUV, en collaboration avec Espace Proches, la Consultation psychologique pour les proches aidants du CHUV et les CMS lausannois - Fondation Soins Lausanne

17h00 - 19h00

##### 12 PROCHE AIDANT ET PERSONNE AIDÉE : REGARDS CROISÉS SUR LA RELÈVE

Casino de Montbenon (salon au rez)  
Allée Ernest Ansermet 3, 1003 Lausanne

En présence de la Conseillère d'État Mme Rebecca Ruiz, découvrez et écoutez les témoignages de proches aidants, de personnes aidées et d'intervenants, ainsi que la présentation du livre O POYOM POM (2023, éditions Ouverture) par son auteure Nahoé Curtet Muller, qui fut proche aidante de son mari.

Un apéritif sera servi aux personnes présentes.

Inscription demandée avant le 15 octobre  
Places limitées  
Alzheimer Vaud : 021 324 50 40 ou [secretariat@alzheimer-vaud.ch](mailto:secretariat@alzheimer-vaud.ch)  
Fondation Pro-XY : 021 646 83 93 ou [pro-xy@pro-xy.ch](mailto:pro-xy@pro-xy.ch)

Organisé par Alzheimer Vaud, la Fondation Pro-XY et Pro Infirmis Vaud

### JEUDI 2 NOVEMBRE

17h00 - 19h00

##### 13 ÉVÉNEMENT «CONCILIATION CARRIÈRE & RÔLE DE PROCHE AIDANT, UN EXERCICE D'ÉQUILIBRISTE»

Centre Général Guisan  
Avenue Général Guisan 117-119, 1009 Pully

Lors de cet événement, nous évoquerons les questions liées à la périlleuse conciliation entre l'activité professionnelle et le rôle de proche aidant.

Venez découvrir les témoignages de personnes proches aidantes travaillant au CHUV, suivis d'une table ronde autour de cette thématique.

Animation : Philippe Jeanneret

Cet événement est proposé par la Direction des ressources humaines du CHUV, et sera suivi d'un cocktail dînatoire.

Inscription demandée : <https://infomaniak.events/shop/QZylpEJrRr/>

Organisé par le Centre hospitalier universitaire vaudois - CHUV

### VENREDI 3 NOVEMBRE

17h00 - 21h00

##### 14 TOI + MOI

CAT Kanamera, APREMADOL (2ème étage)  
Avenue du 14 Avril 12, 1020 Renens

Après une verrière de bienvenue, nous vous invitons à participer à une représentation théâtrale interactive, animée par l'École supérieure sociale intercantonale de Lausanne. Un buffet dînatoire vous sera proposé ensuite pour clore la soirée.

Inscription demandée : 079 327 34 19 ou [mpinto@fondationlaprimeroise.ch](mailto:mpinto@fondationlaprimeroise.ch)

Organisé par les CAT Kanuméra, Passiflore et la Méridienne de la Fondation la Primeroise, en collaboration avec les CMS de l'Ouest lausannois (APREMADOL)

CAT : Centre d'accueil temporaire  
CMS : Centre médico-social

Parking gratuit

Parking payant

Transports publics à proximité

Accessibilité pour personnes à mobilité réduite

### DU 30 OCTOBRE AU 03 NOVEMBRE

#### LES TABLES AU BISTROT

Pro Senectute Vaud convie les proches aidants et leurs proches (65 ans et plus) à partager un repas de midi au restaurant en compagnie d'un bénévole. Des professionnels seront également présents pour échanger sur les aides utiles dans le quotidien.

30.10 Nyon / Le Sepey  
01.11 Romanel  
02.11 Marchissy / Grancy  
03.11 Echallens / Ste-Croix

Inscription : au plus tard une semaine avant la date du repas par téléphone 021 646 17 21 ou par mail : [mehregan.joseph@vd.prosenectute.ch](mailto:mehregan.joseph@vd.prosenectute.ch)

Organisé par Pro Senectute Vaud

### JEUDI 16 NOVEMBRE

18h30 - 22h00

#### LA TABLE DE GAËL

Restaurant de La Pinte Vaudoise  
Avenue Général-Guisan 42, 1009 Pully

GastroVaud offre aux proches aidants (dès 15 ans) un cours de cuisine spécial menu de fêtes de fin d'année. Nombre de places limité à 10 personnes.

Inscription demandée jusqu'au 30 octobre : [info@espaceproches.ch](mailto:info@espaceproches.ch)

Organisé par GastroVaud

